



QUÄL DICH,
DU SAU!



RENNRAD-TOUREN
PFÄLZERWALD

DAS
Trainings-
Revier von
Udo Bölts



... auf den Spuren der Radsportlegende Udo Bölts durch den Pfälzerwald

www.rennrad-pfaelzerwald.de

Vier Rennrad-Tourenvorschläge
aus dem Revier von
Udo Bölts von
insgesamt rund
340 Kilometern

Touren von 40
bis 134 km Länge
zum Kennenlernen.



Lage

Das Biosphärenreservat Naturpark Pfälzerwald / Nordvogesen liegt in Rheinland-Pfalz, im Südwesten Deutschlands, nahe der französischen Grenze.

Der Pfälzerwald ist das größte zusammenhängende Waldgebiet Deutschlands. Romantische Burgen, beeindruckende Felsformationen, sonnige Höhenlagen, idyllische Täler laden zum aktiven und entspannten Genießen der Naturlandschaft ein.

In diesem überaus reizvollen Gebiet liegt der Mountainbikepark Pfälzerwald – und hier findet auch der Rennradfahrer die bevorzugten verkehrsarmen, topografisch abwechslungsreichen Touren, fahrradfreundliche Unterkünfte, Tour Guides etc..

Anreise

Mit dem Zug:
Bahnhöfe Kaiserslautern, Hochspeyer, Landstuhl, Steinalben, Waldfischbach-Burgalben, Weidenthal

Unterkunft / Einkehren

Siehe hierzu „Bikefreundliche Gastgeber“ im Internet unter:
www.bikepark-pfaelzerwald.de

Bikestationen, Informationen unter:

www.bikepark-pfaelzerwald.de

GPS: Download unter

www.rennrad-pfaelzerwald.de

- Rennradtouren

Beste Reisezeit

Generell ganzjährig befahrbar. Die beste Reisezeit ist vom Frühjahr bis in den Spätherbst.

Haftungsausschluss:

Das Befahren geschieht auf eigene Verantwortung und Gefahr.



RENNRAD-TOUREN
PFÄLZERWALD

> 340 km Straßen für Radsportler

Zentrum Pfälzerwald Touristik

Geschäftsstelle, Pirmasenser Straße 62
67655 Kaiserslautern
Telefon 06 31 – 2 01 61-35
E-Mail: info@zentrum-pfaelzerwald.de
www.zentrum-pfaelzerwald.de

Weitere Touristinformationen:

Elmstein, Enkenbach-Alsenborn, Lambrecht, Landstuhl, Rodalben, Trippstadt, Waldfischbach-Burgalben

Hinweise auf Anreise mit ÖPNV unter:

www.bahn.de
www.der-takt.de



Grafik: www.c-sign.com · Fotos: · Christoph Riemeyer · Zentrum Pfälzerwald-Touristik, Rheinland-Pfalz Tourismus GmbH, Dominik Ketz

4 Rennrad-Tourentipps

im Biosphärenreservat Naturpark
Pfälzerwald / Nordvogesen

NEUE
Tour 2



www.rennrad-pfaelzerwald.de

www.rennrad-pfaelzerwald.de



Tour 1 Kaiserslautern - Waldfischbach-Burgalben
Länge: 94,6 km, ca. 1200 Hm

Vom Bahnhof in Kaiserslautern geht es stadtauswärts über die L504 hoch zur Querung der vielbefahrenen B48. Nach kurzer Abfahrt nach Waldleiningen geht es über eine enge kurvenreiche Strecke, die im Volksmund "Krottenbuckel" genannt wird, hinunter ins Elmsteiner Tal und dann rechts ab bis hoch nach Johanniskreuz.

Weiter ein kurzes Stück auf der B48, bis es in einer Linkskurve geradeaus über die Höhen des Pfälzerwaldes auf der L496 durch Leimen geht. Nach schneller Abfahrt hält man sich am Ortsausgang Merzalben rechts auf die L498. Über Clausen und Donsieders gelangt man nach kurzer Abfahrt nach Waldfischbach-Burgalben, wo sich nach ca. 60 Kilometern mehrere Einkehrmöglichkeiten anbieten. Von dort folgt man der L499 nach Heltersberg, dem Heimatort der Radsportlegende Udo Bölts. Einer schnellen Abfahrt auf der K38 folgt ein kurzer, steilerer Anstieg hinauf nach Schmalenberg. Dahinter folgt man der K30 hinab ins wunderschöne Karlstal, welches man bis zur Kreuzung B270 komplett durchfährt. Vorbei am Walzweiher geht es auf einer Nebenstraße mit noch einem kleinen Anstieg bei Dansenberg zurück nach Kaiserslautern. Die letzten Meter vor der Stadt werden mit leicht abschüssiger Straße belohnt, so dass man hier den Schnitt noch etwas aufpeppen kann.



Tour 2 Trippstadt - Hermersberg - Wallhalben - Landstuhl
Länge: 72,3 km, ca. 907 Hm

Vom Luftkurort Trippstadt wird über die K50/L503/B48 Richtung Johanniskreuz geradelt. Von dort geht es kurvenreich über die L500 hinab ins Tal der Moosalb. Knapp vor km 12 wartet der erste Anstieg, links hinauf in Richtung Schmalenberg auf der K30. Oben angekommen rechts halten – durch den Ort Schmalenberg immer noch der K30 folgend. Nach dem Ortsende geht es kurz steil bergab, um die vernichteten Höhenmeter gleich bergauf nach Heltersberg wieder einzusammeln. Bei den Fabrikgebäuden halten wir uns rechts auf der K31 in Richtung Geiselberg. Von dort geht es hinab zur viel befahrenen B270, die man quert. Wir folgen dem Radweg in Richtung Steinalben. Innerorts geht es entlang der L473 knapp 3 Kilometer hinauf auf die Sickingen Höhe nach Hermersberg, Saalstadt und weiter bis Wallhalben. Ab hier fahren wir durch das idyllische Wallhalbtal über die L469 nach Mittelbrunn. Die Sickingenstadt Landstuhl streifen wir nur am Rande. Im Bereich des Krankenhauses biegen wir rechts auf die L363 in Richtung Bann ab. Weiter durch das Steinalbtal über Queidersbach bis zur Ortsmitte Linden. Hier fahren wir links in Richtung Krickenbach einen steilen Anstieg hinauf. Die Abfahrt hinunter zur B270 entlohnt uns für die Mühe. An der B270 links und gleich wieder rechts halten, um auf der L500 durchs romantische Karlstal wieder zurück nach Trippstadt zu gelangen.

Tour 3 Johanniskreuz - Waldfischbach-Burgalben
Länge: 41,3 km, ca. 500 Hm

Auf den Spuren von Udo Bölts. Diese schöne Einrolltour startet in Johanniskreuz am Haus der Nachhaltigkeit und führt zunächst auf einem breiten, kurvigen Radweg parallel zur Straße zum Wohnort von Udo Bölts nach Heltersberg. Weiter geht es auf der L499 nach Waldfischbach-Burgalben. Von dort durchs Schwarzbachtal, auf der K32 vorbei am schönen Campingplatz Clausensee. Kurz hinter dem Campingplatz geht es kurvenreich und mit teils schöner Aussicht hinauf nach Leimen. Die L496 führt mit welligem Profil zurück nach Johanniskreuz zum Ausgangspunkt. Diese Runde lässt sich auch sehr gut mit der Tour 2 kombinieren.



Tour 4 Königsetappe über sieben Anstiege durch den Pfälzerwald bis in die Rheinebene
Länge: 134 km, ca. 2000 Hm

Anspruchsvolle Rundtour mit sieben knackigen Anstiegen und ausreichend Höhenmetern. Die Strecke führt ab Hochspeyer durch den schönen Pfälzerwald hinaus in die Weinberge der Rheinebene und über die Stoppomat Strecke hinauf zur Kalmit. Start-/Zielorte sind der Bahnhof in Hochspeyer oder ab Elmstein. Auf der B48 hinauf zur Abfahrt L504 Waldleiningen und über den sogenannten "Krottenbuckel" hinab nach Elmstein. Die Tour führt über die K19/K17 hinauf zur B48, über den Hermersbergerhof mit anschließender, rauschender Abfahrt bis Wilgartswiesen. Auf der L490 fährt man durch die Trifelsstadt Annweiler, wo sich etliche Einkehrmöglichkeiten anbieten. Weiter über Dernbach, Ramberg zu den Weinorten Edenkoben und Maikammer, wo man der Kalmithöhenstraße L515 hinauf zur Passhöhe unterhalb des Gipfels folgt. Wer noch genügend Speck in der Pfanne hat, kann diesen Anstieg auch auf Zeit mittels den aufgestellten Stoppomaten bewältigen.

Vorbei an der Totenkopfhütte folgt man der L514 auf wunderschöner Abfahrt hinab ins Elmsteiner Tal. Nach Elmstein an einer kleinen Brücke geradeaus auf die K38, um mit dem steilen Anstieg zur Pfälzerwaldvereinshütte Schwarzsohl die letzte Herausforderung dieser Tour unter die Räder zu nehmen. Da sich die gefahrenen Höhenmeter in Richtung 2000 bewegen, kann man die Hütte Schwarzsohl dazu nutzen, um die verbrannten Kalorien mit Pfälzer Spezialitäten wieder aufzufüllen. Im Ort Weidenthal angekommen, hält man sich links auf der B39/B37 zurück nach Hochspeyer.

Tour 1 Kaiserslautern - Waldfischbach-Burgalben
Länge: 94,6 km, ca. 1200 Hm



Tour 2 Trippstadt - Hermersberg - Wallhalben - Landstuhl
Länge: 72,3 km, ca. 907 Hm



Tour 3 Johanniskreuz - Waldfischbach-Burgalben
Länge: 41,3 km, ca. 500 Hm



Tour 4 Königsetappe über sieben Anstiege durch den Pfälzerwald bis in die Rheinebene
Länge: 134 km, ca. 2000 Hm

